

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานแพร่

34/130-131 ถ.เหมืองหิต ต.ในเวียง อ.เมือง จ.แพร่ 54000 โทรศัพท์ 0-5452-1118 โทรสาร 0-5452-1119

e-mail : tatphrae@tat.or.th / www.tourismthailand.org/phrae พื้นที่ความรับผิดชอบ : แพร่ น่าน อุตรดิตถ์

คู่มือล่องแก่ง มหัศจรรย์ เมืองน่าน น้ำว้า





การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานแพร่

แผนผังเส้นทางล่องแก่งหลวงลำน้ำว้า

(ตอนล่าง)

Routing map of Whitewater Rafting on Lower Stream Luang Nam Wah

โครงการ "มหัศจรรย์น้ำว้า" ปี 2552

จากกระแสของการท่องเที่ยวเชิงนิเวศในประเทศไทย ที่มีแนวโน้มที่จะขยายตัวสูงในอนาคต โดยเฉพาะการท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยว ซึ่งกำลังได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก และมีการเติบโตอย่างต่อเนื่อง โดยมีกิจกรรมที่เอื้อต่อการศึกษาเรียนรู้ร่วมกันระหว่างนักท่องเที่ยวและชุมชน และชุมชนเป็นผู้มีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ ก่อให้เกิดจิตสำนึกไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม อันจะนำไปสู่การท่องเที่ยวแบบยั่งยืนต่อไป

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานแพร่ จึงได้ส่งเสริมและกำหนดจัดกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงนิเวศ "การล่องแก่งเรือยาง" เพื่อกระตุ้นการเดินทางท่องเที่ยวตลอดปี และมุ่งให้เกิดการกระจายตัวของนักท่องเที่ยวเดินทางเชื่อมโยงไปสู่แหล่งท่องเที่ยว และกิจกรรมท่องเที่ยวอื่นๆ



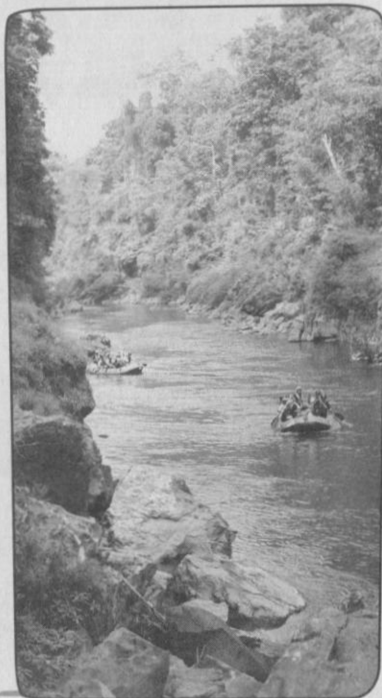


ล่องแก่งหลวงลำน้ำว้า

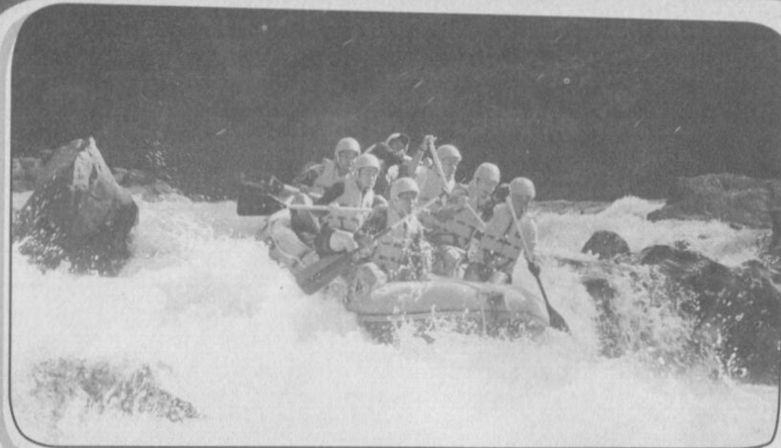
ล่องแก่งลำน้ำว้า เป็นสายน้ำที่มีความยาวและมีเกาะแก่งมากมาย ครอบคลุมพื้นที่ในอุทยานแห่งชาติดอยภูคา อุทยานแห่งชาติขุนน่าน และอุทยานแห่งชาติแม่จริม จังหวัดน่าน ซึ่งเหมาะสำหรับนักพักแรมทางธรรมชาติที่ชอบการล่องแก่งผจญภัย

ล่องแก่งน้ำว้า (ตอนล่าง)

แก่งหลวง อยู่ในเขตอุทยานแห่งชาติแม่จริม บ้านทรายมูล หมู่ 5 ตำบลน้ำปาย ห่างจากอำเภอแม่จริม 16 กม. ใช้เส้นทางแม่จริม-น้ำมวบ เป็นการล่องแพตามลำน้ำที่มีความลึกเฉลี่ย 3 เมตร ในช่วงฤดูแล้งน้ำใสสะอาด ไหลผ่านเกาะแก่งต่างๆ ตั้งแต่ระดับ 1-3 สนุกได้ตลอดทั้งปี สามารถล่องได้ทั้งแพไม้ไผ่และแพยาง



จุดเริ่มต้น ของการล่องแพไม้ไผ่ เริ่มตั้งแต่บ้านน้ำว้า หมู่ที่ 5 ต.น้ำพาง ห่างจาก อ.แม่จริม ประมาณ 10 กม. (ห่างจากตัวจังหวัดน่าน 48 กม.) ล่องไปถึงบ้านน้ำปุ๊ ระยะทาง 4 กม.



แล้วล่องต่อไปยังบ้านทรายมูล หมู่ 5 ต.น้ำปาย อีก 4 กม. ใช้เวลาล่องแพทั้งหมด 4 ชั่วโมง ถึงที่ทำการอุทยานแห่งชาติแม่จริม อุทยานฯ มีบริการห้องพักรับรอง ลานกางเต็นท์บนหาดทรายริมน้ำที่มีทัศนียภาพสวยงาม เส้นทางศึกษาธรรมชาติ และนั่งชมไพร



จุดเริ่มต้นของการล่องแพยางที่เหมาะสมสำหรับน้ำว้าตอนล่าง เริ่มต้นจากการที่ทำการอุทยานแห่งชาติแม่จริมไปถึงบ้านหาดไร่ อำเภอเวียงสา ช่วงนี้แก่งต้นไทร แก่งหลวงที่สนุกและตื่นเต้น ได้ชมความหลากหลายของพรรณไม้นานาพันธุ์สองฝั่งลำน้ำว้า สามารถล่องแพยางได้ตลอดทั้งปี



ล่องแก่งน้ำว้า (ตอนกลาง)

จุดเริ่มต้น ล่องแก่งน้ำว้าตอนกลาง เริ่มจากบ้านสบมาง อ.บ่อเกลือ สิ้นสุดที่แก่งวังลูน บ้านหนองแดง อ.แม่จริม



ด้วยระยะเวลา 3 วัน 2 คืน นับเป็นความท้าทาย สำหรับผู้ว่ายน้ำเป็นและมีประสบการณ์ในการล่องแก่ง การล่องแก่งน้ำว้าตอนกลาง เป็นกิจกรรมการล่องแก่งแพยางท่ามกลางสายน้ำอันเชี่ยวกรากในลำน้ำว้า ที่มีเกาะแก่งตั้งแต่ระดับ 1-5 ตามมาตรฐานสากลกว่า 100 แก่ง อยู่ในเขตป่าดิบ อุทยานแห่งชาติขุนน่าน และอุทยานแห่งชาติแม่จริม ตลอดเส้นทางล่องแก่งประมาณ 80 กม. พบแต่ธรรมชาติป่าดิบอันอุดมสมบูรณ์ น้ำตกเล็ก ๆ สองฟากฝั่งน้ำว้า นอกจากนี้ยังสามารถเดินป่าไปเที่ยวชมน้ำตกภูฟ้าที่ได้ชื่อว่าเป็นน้ำตกที่สวยงามที่สุดของเมืองน่านอีกด้วย

ติดต่อล่องแก่ง

รายชื่อผู้ประกอบการที่ทำล่องแก่งในจังหวัดน่าน

1. **น่านปางช้าง**

   468-469 ม.4 ต.กลางเวียง อ.เวียงสา จ.น่าน 55110

   โทร 0-5478-1316, 08-1724-0579 โทรสาร 0-5478-1212

   E-mail : nanpangchang2004@hotmail.com

2. **น่านทัวร์ริ่ง**

   11/12 ถ.สุริยะพงษ์ ต.ในเวียง อ.เมือง จ.น่าน 55000

   โทร 0-5475-1122, 08-1961-7711 โทรสาร 0-5475-1199

   www.nantouring.com E-mail : nantouring@hotmail.com

3. **น้ำว้าทัวร์**

   105 ม.6 ต.หนองแตง อ.แม่จริม จ.น่าน 55170

   โทร. 08 6183 7337

4. **ม่วนม่วนทัวร์**

   17/1 ม.2 ต.หนองแตง อ.แม่จริม จ.น่าน 55170

   โทร 0-5477-3598, 08-9755-5820 โทรสาร 0-5477-3598

5. **ริเวอร์ ราฟท์**

   50/5 ถ.หน่อคำ ต.ในเวียง อ.เมือง จ.น่าน 55000

   โทร 0-5471-0940, 08-9835-1506 โทรสาร 0-5471-0942

   www.nanriverraft.com E-mail : raftnan@hotmail.com

6. **แอสกิโมโรล**

   40/1 ถ.หน่อคำ ต.ในเวียง อ.เมือง จ.น่าน 55000

   โทร 0-5475-7252, 08-9777-1188 โทรสาร 0-5475-7252

   www.kayakraft.com E-mail : jew@kayakraft.com

   509 ถ.พระราม 4 แขวงรอบเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

7. แจงแอนด์เจทัวร์

27 ม. 4 ต.หนองแดง อ.แม่จริม จ.น่าน 57170

โทร. 0-5476-9026. 0-5476-9259, 08-1765-4194 (เฉพาะน้ำว้าตอนล่าง)

8. อุทยานแห่งชาติแม่จริม

ต.น้ำปาย อ.แม่จริม จ.น่าน 55170

โทร. 0-5473-0040-1, 08-1716-2501 (เฉพาะน้ำว้าตอนล่าง)

9. อุทยานแห่งชาติดอยภูคา

ต.ภูคา อ.ปัว จ.น่าน 55120 โทร./โทรสาร. 0-5470-1000

(บริการที่พักและข้อมูลท่องเที่ยวในเขตอุทยานฯ)

10. สมาคมธุรกิจท่องเที่ยวน่าน

182 หมู่ 2 ถ.ยันตรกิจโกศล ต.ดู่ใต้ อ.เมือง จ.น่าน 55000

โทร. 0-5460-0515, 08-9700-4955 โทรสาร. 0-5474-1949

11.การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานแพร่

เลขที่ 34/130-131 ถนนเหมืองหิต อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ 54000

โทร.0-5452-1118 โทรสาร. 0-5452-1119

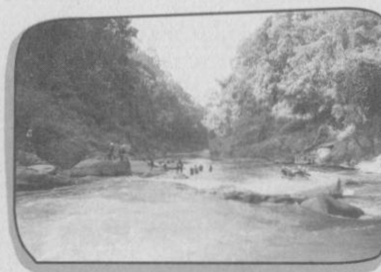
http://www.tourismthailand.org/phrae

E-mail : tatphrae@tat.or.th



โปรแกรมล่องแก่งน้ำว้าตอนกลาง
เส้นทางแม่น้ำร้อยแก่ง สบมาง-วังลูน (3 วัน 2 คืน)

บนเส้นทางสายลำน้ำว้า สายน้ำสำหรับนักแรมทางธรรมชาติที่ชอบการล่องแก่งผจญภัย ท่านจะได้พบกับความสนุกสนานสะใจกับเกาะแก่งมากมายตั้งแต่ระดับ 1-5+ ตามมาตรฐานสากลของการล่องเรือยาง และสัมผัสความงามตามธรรมชาติที่ซ่อนเร้นอยู่ ท่ามกลางความสลับซับซ้อนของขุนเขาที่โอบล้อมไปกับลำน้ำว้าที่ทอดตัวยาว ผ่าน 3 อำเภอ และด้วยระยะทางกว่า 70 กม. ที่รอการท้าทายของผู้ที่รักการผจญภัย





กำหนดการเดินทาง

วันที่ 1 น่าน-สบมาง-แก่งสบห้วยปีง

06.00 น. รับท่านที่นัดหมาย / เข้าที่พัก / ทำธุระส่วนตัว / เตรียมสัมภาระ

07.00 น. รับประทานอาหารเช้า

08.00 น. เดินทางสู่บ้านสบมาง ด้วยรถโดยสารท้องถิ่นตามเส้นทางสาย น่าน-ปัว

10.30 น. ถึงบ้านสบมาง ขนสัมภาระลงเรือ พร้อมกับแนะนำวิธีการพายเรือล่องแก่ง เทคนิค กระแสน้ำ และซักซ้อมการพายเรือ ก่อนจะเริ่มล่องแก่งไปกับสายน้ำ

12.00 น. รับประทานอาหารเที่ยงบริเวณริมฝั่งน้ำ

16.00 น. ถึงจุดพักแรม แก่งวังซ่าน ช่วยกันตั้งแค้มป์ทำอาหาร

18.00 น. รับประทานอาหารเย็น / พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 2 สบมาง-ผีป่า-หาดทรายงาม

06.00 น. ตื่นนอนมาสูดอากาศบริสุทธิ์ และทำธุระส่วนตัว จัดเตรียมสัมภาระ

07.00 น. รับประทานอาหารเช้า

08.00 น. ออกเดินทางด้วยเรือยาง ล่องแก่งผจญภัยตามสายน้ำที่สนุก และสะใจกับแก่งที่ กระชั้นรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ

12.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน หลังจากนั้นออกเดินทางสู่แก่งห้วยเดื่อ แก่งผีป่า และแก่งอื่นๆ อีกมากมาย

16.00 น. ถึงหาดทรายงาม / ตั้งแค้มป์

18.00 น. รับประทานอาหารเย็น / พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 3 หาดทรายงาม-แก่งวังลุน

06.00 น. ตื่นนอนสูดอากาศบริสุทธิ์ ดื่มกาแฟและทำธุระส่วนตัวจัดเตรียมสัมภาระ

07.00 น. รับประทานอาหารเช้า

08.00 น. ออกเดินทางด้วยเรือยางล่องแก่ง สู่เกาะแก่งระดับ 3-4 อีกมากมายนับสิบแก่ง

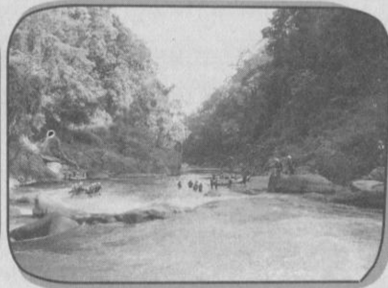
12.00 น. รับประทานอาหารเที่ยง ก่อนสนุกกับการผจญแก่งต่างๆ จนถึงแก่งวังลุน แก่งระดับ 3 แก่งสุดท้ายของการเดินทางอันท้าทายครั้งนี้

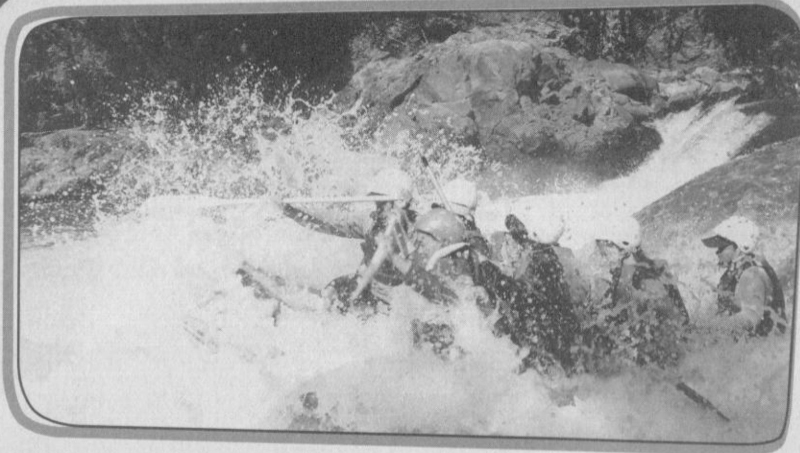
15.00 น. รถรอรับจากวังลุน เดินทางกลับอำเภอเมืองน่าน

16.30 น. ถึงอำเภอเมืองน่าน เข้าที่พัก / ทำธุระส่วนตัว / จัดเก็บสัมภาระ,

17.30 น. รับประทานอาหารเย็น / เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ







เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับการล่องแก่ง

การแบ่งระดับความยากง่ายของสายน้ำที่เราจะไปล่องแก่ง สามารถแบ่งได้เป็น 6 ระดับ เริ่มจากระดับง่ายๆ คือระดับ 1 ไป จนถึงระดับ 6 ซึ่งถือว่าเป็นระดับที่ยากที่สุด

ระดับ 1 จัดได้ว่าเป็นระดับที่ง่ายมาก คนทั่วไปสามารถพายได้บน สายน้ำไหลเอื่อย เรียกว่า เหมาะสำหรับผู้เริ่มล่องแก่งเป็นครั้งแรก

ระดับ 2 สายไหลแรงขึ้นมาอีกระดับ ในระดับนี้ผู้พายจะต้องมีทักษะในการพายอยู่พอสมควร

ระดับ 3 สายน้ำแรงระดับปานกลาง มีแก่งให้ผู้พายได้ตื่นเต้นเป็นระยะๆ ในการพายจะต้องฝึกฝนเทคนิคการพาย และเรียนรู้ถึงลักษณะของสายน้ำ

ระดับ 4 เป็นระดับที่ยาก ต้องใช้เทคนิคในการพาย และต้องใช้ความระมัดระวังในการล่องแก่ง

ระดับ 5 อยู่ในระดับที่ยากมาก สายน้ำไหลเชี่ยว จะต้องใช้เทคนิคและประสบการณ์ในการพายสูง นอกจากนี้ยังต้องเพิ่มความระมัดระวังในการล่องแก่งเป็นพิเศษ

ระดับ 6 จัดอยู่ในระดับที่อันตราย ไม่เหมาะสำหรับการล่องแก่ง เพราะแก่งมีลักษณะเป็นน้ำตก

ไปล่องแก่งต้องเตรียมอะไรไปบ้าง

หากจะไปล่องแก่ง นอกจากจิตใจ ร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และอุปกรณ์ที่ใช้ในการล่องแก่งแล้ว สิ่งที่ควรตระเตรียมเพิ่มเติม ได้แก่

❑ เสื้อผ้าที่สวมใส่แล้วกระชับ มีความคล่องตัว เนื้อเบาและแห้งง่าย เช่น กางเกงขาสั้นและเสื้อยืด

❑ รองเท้าสำหรับสวมใส่ในขณะล่องแก่ง ควรเลือกรองเท้าที่มีน้ำหนักเบา ไม่อุ้มน้ำ มีสายรัดส้นเท้า เพื่อไม่ให้หลุดหายไปกับสายน้ำ

❑ นอกจากนี้ ยังมีข้าวของประเภทอื่นๆ อีก เช่น ถุงกันน้ำสำหรับใส่สัมภาระ ที่ไม่อยากให้เปียกน้ำ อาหาร เต้นท์ และเครื่องนอน สำหรับการล่องแก่งที่จะต้องใช้ระยะเวลานาน หรือในระยะไกล สุดท้ายที่ขาดไม่ได้ก็คือ ยา และเครื่องมือปฐมพยาบาลเบื้องต้น (ส่วนใหญ่ผู้ประกอบการจะจัดเตรียมไว้ให้)

วิธีการช่วยเหลือตนเองเมื่อตกน้ำ

หากพลัดตกลงไปในน้ำ ควรจดจำวิธีการช่วยเหลือตนเอง ดังนี้

❑ พยายามว่ายน้ำเข้าหาเรือ หรือเข้าฝั่งให้เร็วที่สุด เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้ร่างกายได้รับอันตรายจากกระแสน้ำ และแก่งหิน

❑ พยายามลอยตัวให้อยู่เหนือน้ำในท่านอนหงาย ยกขาสองข้างขึ้นในระดับผิวน้ำ เพื่อให้เสื้อชูชีพช่วยพยุงตัวให้ลอย

❑ ในขณะที่กำลังถูกน้ำพัดไปเรื่อยๆ ให้เหยียดขาไปตามด้านที่กระแสน้ำไหล เพื่อเป็นการป้องกันตัวเอง จากการกระแทกกับหิน และค่อยๆ เตะขาในน้ำ เพื่อช่วยชะลอความเร็วของกระแสน้ำที่พัด

❑ อย่างอเข่าหรือคว่ำหน้า เพราะจะทำให้ร่างกายไปกระแทกกับสิ่งที่อยู่ใต้น้ำได้

❑ หากไม่มีโอกาสว่ายน้ำเข้าฝั่ง ก็ให้ปฏิบัติตามข้อแนะนำตอนต้น พยายามตั้งสติ และหาที่ยึดเกาะเพื่อรอเรือ หรือทีมช่วยเหลือมารับ

❑ หากตกในกระแสน้ำเชี่ยว ไม่ควรรีบเกาะเรือยาง เพราะกระแสน้ำจะพัดพาเรือไปด้วยความเร็ว อาจได้รับอันตรายจากโขดหินหรือกิ่งไม้

แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดน่าน และบริเวณใกล้เคียงระหว่างทางไปล่องแก่งน้ำว้า

อำเภอเมืองน่าน

- **เที่ยวเมืองเก่าน่าน** เมืองประวัติศาสตร์น่าน มีโบราณสถาน ที่มีคุณค่าและสำคัญ ได้แก่ พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติน่าน หรือ หอคำ (ที่ว่าราชการของเจ้าเมืองในอดีต) อายุกว่า 600 ปี, วัดภูมินทร์ (อายุ 400 กว่าปี), วัดหัวข่วง (อายุ 300 กว่าปี), คุ้มเจ้าราชบุตร (บ้านเชื้อสายเจ้าผู้ครองนคร), วัดมิ่งเมือง (ประดิษฐานเสาหลักเมือง), ข่วงเมืองน่าน (ลานโล่ง), วัดภู่คำ และสะพานกรุงศรี





น่านเป็นเมืองที่ยังคงความเป็น "ทักษาเมืองโบราณล้านนาที่ถือว่ามีชีวิต" เพราะโบราณสถานต่างๆ ยังคงทำหน้าที่รับใช้ หรือใช้ประโยชน์ในสังคมอย่างต่อเนื่องจากอดีตจนถึงปัจจุบัน

อำเภอท่าวังผา

- **หมู่บ้านไทลื้อบ้านหนองบัว** ตำบลป่าคา จากตัวเมืองน่านใช้ทางหลวงหมายเลข 1080 ระยะทาง 41 กิโลเมตร ก่อนถึงอำเภอท่าวังผา มีทางแยกซ้ายไปอีก 3 กิโลเมตร หมู่บ้านแห่งนี้มีฝีมือในการทอผ้าพื้นเมืองที่สวยงาม เรียกว่า "ผ้าลายน้ำไหล" และทางกลุ่มแม่บ้านหนองบัวได้แปรรูปอาหารไก (สาหร่ายน้ำจืด) เป็นผลิตภัณฑ์ของชุมชนด้วย สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 08 7188 4109 (คุณศิริพร คำหว่าง)



- **วัดหนองบัว** เป็นวัดเก่าแก่ของหมู่บ้าน จากคำบอกเล่าของผู้เฒ่าผู้แก่ในหมู่บ้านทำให้สันนิษฐานได้ว่าวัดไทลื้อแห่งนี้สร้างราว พ.ศ. 2405 (ตรงกับสมัยรัชกาลที่ 4)

อำเภอปัว

- **หมู่บ้านไทลื้อบ้านร้องแง** ตำบลวรนคร ใช้ทางหลวงหมายเลข 1256 (สายปัว-บ่อเกลือ) ระยะทาง 1 กิโลเมตร จากอำเภอปัว เป็นชุมชนที่มีเชื้อสายไทลื้อจากมณฑลยูนนาน มีวัฒนธรรมประเพณีและวิถีชีวิตเป็นแบบฉบับของตนเอง เช่น การแต่งกายแบบไทลื้อ การทอผ้าใช้เอง มีภาษาพูดและลักษณะบ้านเรือนแบบไทลื้อ มีแหล่งโบราณสถานที่น่าสนใจและยังคงอนุรักษ์ไว้ซึ่งวัฒนธรรมและประเพณี และส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม การสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น วิหารเก่าไทลื้อวัดร้องแง หอเจ้าหลวงเทพพญาเลน บ้านไทลื้อ บ่อน้ำผุดอัศจรรย์ นอกจากนี้ยังมีสินค้าและผลิตภัณฑ์จากกลุ่มสตรีทอผ้าลายโบราณ ได้แก่ ตุง (ธง), ผ้าซิ่น ยกมุก, ผ้าปู (ผ้าคลุม), ถุง (ย่าม), ผ้าขะม้า (ผ้าขาวม้า), ซิ่นป่อง, ซิ่นม่านสอดดิ้นเงิน ซิ่นม่านสอดดิ้นทอง ฯลฯ

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0-5468-8111, 08-1111-1580 (ผู้ใหญ่บ้าน) / โทร. 08-1179-1171 (อ.อรพรรณ เกียรตินิยมดี) / โทร. 08-1028-2758 (นายก อบต.วรนคร)

- **อุทยานแห่งชาติดอยภูคา** เทือกเขาดอยภูคาประกอบด้วยแนวภูเขาสูงสลับซับซ้อน ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งของปลายเทือกเขาหิมาลัย โดยมียอดภูคาเป็นยอดเขาที่สูงที่สุดของจังหวัดน่าน สูงถึง 1,980 เมตร



ดอยภูคาเป็นต้นแม่น้ำสำคัญหลายสาย เช่น แม่น้ำน่าน ลำน้ำปัว บริเวณนี้เดิมเคยเป็นทะเลมาก่อน ก่อนจะเกิดการเคลื่อนตัวของแผ่นดินสองผืนใต้ทะเลเข้าหากัน ทำให้แผ่นดินโก่งตัวขึ้น น้ำทะเลใต้ดินระเหยไปเหลือเพียงสินแร่เกลือ ดังที่พบในอำเภอบ่อเกลือ และการค้นพบสุสานหอยทะเลอายุประมาณ 200 ล้านปี บนดอยภูแวที่บ้านค้างฮ่อ ตำบลสะกาด

ป่าไม้ในเขตอุทยานแห่งชาติดอยภูคา ประกอบด้วยป่าดิบเขา ป่าดิบแล้ง ป่าเบญจพรรณ ป่าเต็งรัง ทุ่งหญ้า และ ป่าสนธรรมชาติ เป็นแหล่งของพันธุ์ไม้หายากใกล้สูญพันธุ์ ได้แก่ ชมพูภูคา ในเขตป่าดิบเป็นแหล่งต้นเต่าร้างยักษ์ ปาล์มดึกดำบรรพ์ เมเปิ้ลใบห้าแฉก ต่างจากเมเปิ้ลที่อื่นซึ่งมีสามแฉก และยังเป็นแหล่งนกเฉพาะถิ่นที่หายากสองชนิด คือ นกมุ่นรกคอแดง และนกพงใหญ่พันธุ์อินเดีย ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการท่องเที่ยว คือ ฤดูหนาว ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายนถึงกุมภาพันธ์ อุณหภูมิเฉลี่ย 15-27 องศาเซลเซียส

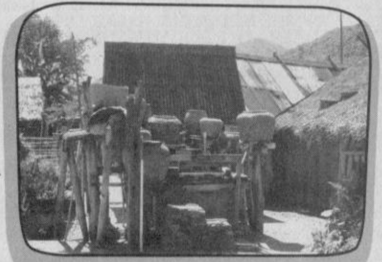
สถานที่น่าสนใจในอุทยานฯ

ต้นชมพูภูคา ดอยภูคานับเป็นบ้านแห่งสุดท้ายของต้นชมพูภูคาพันธุ์ไม้หิมาลัย ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ของทุกปี ชมพูภูคาจะผลิดอกตามปลายกิ่งเป็นช่อสีชมพูยาว 30-35 เซนติเมตร เมื่อบานจะทำให้ช่อดอกเป็นพุ่มสวยงาม ชมพูภูคาเป็นพันธุ์ไม้ที่เคยมีการสำรวจพบตามหุบเขาแถบมณฑลยูนนานทางตอนใต้ของประเทศจีนและทางเหนือของเวียดนาม และยังมีแหล่งท่องเที่ยวอื่นๆ เช่น น้ำตกศิลาเพชร, ถ้ำผาแดง, ถ้ำผาฆ้อง,น้ำตกต้นตอง, ดอยภูแว, น้ำตกภูฟ้า

สิ่งอำนวยความสะดวก ในบริเวณอุทยานแห่งชาติดอยภูคา มีบ้านพักและสถานที่กางเต็นท์ บริเวณที่ทำการอุทยานฯ และลานดูดาวซึ่งเป็นจุดชมทิวทัศน์ได้ จองบ้านพักที่ อุทยานแห่งชาติดอยภูคา ตำบลภูคา อำเภอปัว จังหวัดน่าน 55120 โทร.0-5470-1000, 08-1881-6785 หรือสำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 13 (แพร่) โทร.0-5462-6770 www.dnp.go.th

อำเภอบ่อเกลือ

- **บ่อเกลือสินเธาว์** อยู่ห่างจากตัวเมืองน่าน 80 กิโลเมตร ชาวอำเภอบ่อเกลือนอกจากจะมีอาชีพทำนาทำไร่แล้วยังมีอาชีพทำเกลือสินเธาว์อีกด้วย มีแหล่งเกลือสินเธาว์อยู่บน



ภูเขา (บ่อเกลือจะปิดช่วงเข้าพรรษาเพราะเป็นฤดูฝน) เป็นแหล่งเกลือที่มีความสำคัญมาแต่โบราณ บ่อเกลือสำคัญในน่านมี 2 แห่ง คือบริเวณต้นน้ำว้า ซึ่งมีบ่อเกลือใหญ่ 2 บ่อ อีกแห่งคือบริเวณต้นน้ำน่าน มีบ่อใหญ่ 5 บ่อ และมีบ่อเล็กบ่อน้อยอีกจำนวนมาก ปัจจุบันชาวบ้านยังคงต้มเกลือด้วยวิธีแบบดั้งเดิม โดยตักน้ำเกลือจากบ่อส่งผ่านมาตามลำไม้ไผ่สู่บ่อพัก ก่อนจะนำน้ำเกลือมาต้มในกะทะใบบัวขนาดใหญ่เคี่ยวจนน้ำงวดแห้ง ใส่ถุงวางขายกันหน้าบ้าน เกลือเมืองน่านไม่มีไอโอดีนเหมือนเกลือทะเลจึงต้องมีการเติมสารไอโอดีนก่อนถึงมือผู้บริโภค

- **ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา** เป็นโครงการส่งเสริมอาชีพตามพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นต้นแบบการพัฒนาและถ่ายทอดความรู้สู่ราษฎร ตั้งอยู่ ต.ภูฟ้า อ.บ่อเกลือ จ.น่าน 55220 โทร. 0-5471-0610, 08-1961-3358 ฝ่ายอาคารสถานที่และบริการ (คุณมงคล) โทร. 08-9557-5734 โดยภายในบริเวณศูนย์ฯ มีอาคารแสดงและจำหน่ายสินค้าของศูนย์ฯ อาคารสำหรับจัดประชุมสัมมนา อาคารที่พัก และพระตำหนักทรงงาน และแปลงสาธิตการเกษตรต่างๆ สินค้าพื้นเมืองและของที่ระลึกที่มีชื่อเสียงของศูนย์ฯ ได้แก่ งานหัตถกรรม จักสานหญ้าสามเหลี่ยม ติดต่อที่ นายจันทร์ดี ขาเหล็ก โทร.0-5477-9369, 08-7173-4765



อำเภอแม่จริม

- **อุทยานแห่งชาติแม่จริม** (ล่องแก่งลำน้ำว้าตอนล่าง) อยู่ในเขตอำเภอแม่จริม ห่างจากตัวเมืองน่าน ประมาณ 60 กิโลเมตร ไปตามทางหลวงหมายเลข 1168 และ 1243 มีพื้นที่ 270,000 ไร่ หรือ 432 ตารางกิโลเมตร ลักษณะภูมิประเทศเป็นเทือกเขาสลับซับซ้อน เป็นแหล่งกำเนิดของต้นน้ำที่ไหลไปลงแม่น้ำน่านที่อำเภอเวียงสา สภาพป่าเป็นป่าดิบเขา ป่าเต็งรัง และป่าเบญจพรรณ มีสัตว์ป่าหลายชนิด





อุทยานแห่งชาติดอยภูคา

สถานที่น่าสนใจในอุทยานฯ

ภาพเขียนสีโบราณที่เขาหน่อ การเดินทางเริ่มต้นที่บริเวณบ้านน้ำปุ๊ ช่วงแรกต้องเดินข้ามแม่น้ำว้า จากนั้นเดินเลียบไปตามสันเขา ผ่านป่าเต็งรังและป่าเบญจพรรณ ต้องปีนขึ้นผาหน่อซึ่งเป็นภูเขาหินปูนสูงชัน ฤดูกาลที่เหมาะสมที่สุด คือ ฤดูหนาว ฤดูฝนอาจพบอันตรายจากดินพังทลายและเส้นทางลื่นมาก ควรติดต่อเจ้าหน้าที่อุทยานฯ ให้เป็นผู้นำทาง รวมระยะทาง 8.7 กิโลเมตร ใช้เวลาเดินทางประมาณ 8-9 ชั่วโมง

เส้นทางเดินป่าเลียบลำน้ำแปง เป็นเส้นทางเชื่อมระหว่างบ้านร่มเกล้า-บ้านห้วยทราย เป็นเส้นทางหาของป่าของชาวบ้าน เริ่มจากบ้านร่มเกล้า-ปากน้ำแปง บริเวณแก่งหลวง ผ่านป่าชนิดต่าง ๆ ระยะทาง 9 กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณ 4 ชั่วโมง

เส้นทางชมทะเลหมอกบ้านน้ำพาง-บ้านร่มเกล้า บนทางหลวงหมายเลข 1259 ระหว่างหมู่บ้านน้ำพางและบ้านร่มเกล้า เหมาะสำหรับการขี่จักรยานเสือภูเขาหรือขับรถชมทิวทัศน์สองข้างทาง โดยเฉพาะในฤดูหนาวชมทะเลหมอกและพระอาทิตย์ขึ้น ในช่วง 10 กิโลเมตรแรกเป็นถนนลาดยาง เส้นทางที่เหลือเป็นทางลูกรัง ผ่านไหล่เขาสูงชัน

เส้นทางเดินป่าบ้านร่มเกล้า ต้องเดิน 3.8 กิโลเมตร เริ่มต้นที่บ้านน้ำพาง จากนั้นเดินลัดขึ้นสันเขาผ่านป่าต่าง ๆ ตามระดับความสูงจากน้ำทะเล คือ ป่าเต็งรัง ป่าเต็งรังผสมสน ป่าดิบเขา และป่าเบญจพรรณ สภาพป่ายังคงอุดมสมบูรณ์ ระยะทางจากบ้านน้ำพางถึงบ้านร่มเกล้ารวม 9.6 กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณ 5 ชั่วโมง แต่ถ้าให้รถไปส่งที่จุดทางแยกเข้าป่าจะใช้เวลาเพียง

3-4 ชั่วโมง เป็นเส้นทางที่ไม่ยากลำบากนัก แต่ต้องมีสุขภาพร่างกายที่พร้อม ฤดูกาลที่เหมาะสมคือ ฤดูหนาวและฤดูร้อน ควรติดต่อเจ้าหน้าที่อุทยานฯ ให้เป็นผู้นำทาง

นอกจากการล่องแก่งแม่น้ำว้าแล้วยังมีความหลากหลายกิจกรรมที่ยังได้สัมผัสธรรมชาติของอุทยานฯ ได้แก่

ปั่นจักรยานเสือภูเขา - เดินป่าลำน้ำแปง – ล่องแก่งลำน้ำว้า เริ่มที่หน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติแม่จริม (บ้านใหม่) บริเวณบ้านน้ำพาง ปั่นจักรยานไปตามทางหลวงหมายเลข 1259 สู่บ้านร่มเกล้า ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง จากนั้นเดินเลียบลำน้ำแปงสู่ลำน้ำว้าบริเวณแก่งหลวง ใช้เวลาประมาณ 4 ชั่วโมง และล่องแพจากแก่งหลวงไปบ้านหาดไร่ ระยะทาง 15 กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง สามารถใช้เวลาภายใน 1 วัน หรือจะพักค้างคืนในหมู่บ้านร่มเกล้า และเช้าวันรุ่งขึ้นเดินป่าตามลำน้ำแปง และล่องแก่งลำน้ำว้าในตอนบ่าย

ขับรถชมวิว - เดินป่าเลียบลำน้ำแปง - ล่องแก่งลำน้ำว้า เริ่มที่หน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติแม่จริม (บ้านใหม่) บริเวณบ้านน้ำพาง นั่งรถชมทัศนียภาพตามทางหลวงหมายเลข 1259 สู่บ้านร่มเกล้าใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง จากนั้นเดินเลียบลำน้ำแปงไปลำน้ำว้า บริเวณแก่งหลวง ใช้เวลา 4 ชั่วโมง จากนั้นล่องแพจากแก่งหลวงไปบ้านหาดไร่ ระยะทาง 15 กิโลเมตร ใช้เวลา 2 ชั่วโมง รวมใช้เวลาทั้งหมด 7 ชั่วโมง

เดินป่าบ้านน้ำพางสู่บ้านร่มเกล้า – เดินป่าลำน้ำแปง - ล่องแก่งลำน้ำว้า เริ่มที่หน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติแม่จริม (บ้านใหม่) บริเวณบ้านน้ำพางไปตามทางหลวงหมายเลข 1259 สู่บ้านร่มเกล้า ระยะทาง 3.8 กิโลเมตร

ใช้เวลา 5 ชั่วโมง จากนั้นเดินเลียบลำน้ำแปงไปลำน้ำว้า บริเวณแก่งหลวง ใช้เวลา 4 ชั่วโมง จากนั้นล่องแพจากแก่งหลวงไปบ้านหาดไร่ใช้เวลา 2 ชั่วโมง ใช้เวลาทั้งหมด 11 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลา 2 วัน 1 คืน

ปีนเขาหน่อ - ดูภาพเขียนสี – ล่องแก่งลำน้ำว้า เริ่มที่บ้านน้ำปุ๊ไปยังผาหน่อ จากนั้นเดินมาทางแก่งหลวง ใช้เวลาประมาณ 8 ชั่วโมง แล้วล่องแก่งน้ำว้า ขึ้นที่บ้านหาดไร่ 2 ชั่วโมง อาจใช้เวลา 1 วัน หรือพักค้างคืนในป่าบริเวณบ้านห้วยหาดค้อม บริเวณเชิงผาหน่อ

ที่พักและสิ่งอำนวยความสะดวก ติดต่อได้ที่ อุทยานแห่งชาติแม่จริม โทร.0-5473-0040-1, 08-1716-2501 (หัวหน้าสวัสดิ์ ชมเชย) หรือสำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 13 (แพร่) โทร.0-5462-6770 และที่กรมอุทยานแห่งชาติฯ โทร. 0 2561 0777 ต่อ 724-725 www.dnp.go.th

อุทยานแห่งชาติศรีน่าน (ผาชู้)

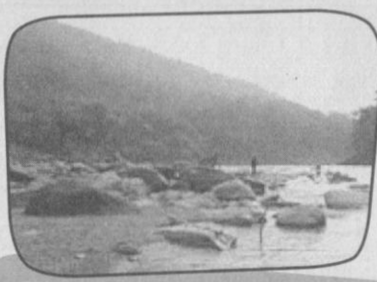
อำเภอนาน้อย

- **อุทยานแห่งชาติศรีน่าน** อยู่ห่างจากตัวอำเภอนาน้อย 20 กิโลเมตร ตามทางหลวงหมายเลข 1083 สายนาน้อย-ปางไฮ มีพื้นที่ครอบคลุมพื้นที่อำเภอเวียงสา อำเภอนาน้อย และอำเภอนาหมื่น เทือกเขาสลับซับซ้อนที่วางตัวในแนวเหนือ-ใต้ ขนานกันทั้งทางทิศตะวันตกและตะวันออก แบ่งพื้นที่ออกเป็นฝั่งตะวันตกและฝั่งตะวันออก สองฝั่งแม่น้ำเป็นป่าเบญจพรรณและป่าเต็งรัง ในเขตเทือกเขาประกอบด้วยป่าดิบเขา ป่าดิบแล้ง ป่าสนเขา พบสัตว์ป่าหายากหลายชนิด เช่น นกยูงซึ่งมีอยู่หลายฝูง เสือดาว เสือดำ หมี กวาง หมาป่า และหมาใน มีสัตว์ป่าหลายชนิดที่สำคัญ คือ ช้างป่า วัวแดง และกระทิง

เสาดินและคอกเสือ



แก่งหลวง



อุทยานแห่งชาติศรีน่าน

สถานที่น่าสนใจในอุทยานฯ

ผาชู้ บริเวณเชิงผาชู้เป็นที่ตั้งที่ทำการอุทยานฯ ในฤดูหนาวสามารถมองเห็นทะเลหมอกได้จากยอดผาชู้ และเมื่อหมอกจางจะมองเห็นลำน้ำน่านทอดตัวคดเคี้ยวอยู่ที่ปลายผืนป่า เป็นจุดชมพระอาทิตย์ขึ้นระยะทางประมาณ 2 กิโลเมตร ใช้เวลาในการเดินไป-กลับ ประมาณ 1 ชั่วโมง ผู้ที่ประสงค์จะเดินขึ้นยอดผาชู้ต้องติดต่อเจ้าหน้าที่นำทางที่อุทยานฯ

เสาดินนาน้อย (ฮ่อมจ๊อม) และคอกเสือ ตำบลเชียงของ ห่างจากตัวเมืองน่าน 60 กิโลเมตร จากอำเภอนาน้อยมีทางแยกไปตามทางหลวงหมายเลข 1083 ประมาณ 6 กิโลเมตร เป็นเสาดินมีลักษณะแปลกตาคล้าย "แพะเมืองผี" จังหวัดแพร่ นักธรณีวิทยาสันนิษฐานว่ามีอายุประมาณ 10,000-30,000 ปีมาแล้ว เคยเป็นก้นทะเลมาก่อน และจากหลักฐานการค้นพบกำไลหินและขวานโบราณที่นี่ (ปัจจุบันเก็บรักษาอยู่ที่พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติน่าน) แสดงให้เห็นว่าบริเวณนี้อาจเคยเป็นแหล่งอาศัยของมนุษย์ยุคหินเก่า และยังมี "ต้นดิกเดียม" ในบริเวณเสาดินนาน้อย เป็นต้นไม้ที่มีลักษณะพิเศษคือใบไม้จะไหวสั่นทุกครั้งที่ถูกคนสัมผัส และ "ต้นหญ้าหมุนตาม-ทวนเข็มนาฬิกา" เป็นต้นหญ้าแก่ ดอกแห้ง ดึงออกจากช่อดอกแล้วนำไปจุ่มน้ำ ก็จะเกิดการหมุนตาม-ทวนเข็มนาฬิกา ติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 08-1960-4194, 08-1612-0985

แก่งหลวง ห่างจากอำเภอนาน้อยประมาณ 35 กิโลเมตร ปัจจุบันเส้นทางเข้าถึงแก่งหลวงมีความสะดวก เป็นเกาะแก่งตามธรรมชาติ เกิดจากกระแสแม่น้ำน่าน ไหลผ่านโขดหินที่กระจายอยู่กลางแม่น้ำ ในหน้าน้ำจะได้ยินเสียงน้ำกระทบโขดหินดังกึกก้อง ยามหน้าแล้งจะมองเห็นแนวโขดหินและหาดทรายสีขาวเป็นแนวยาวตามริมฝั่งแม่น้ำน่าน ลงเล่นน้ำได้ช่วงหน้าแล้งเดือนเมษายนเท่านั้น เพราะหน้าฝนน้ำจะเชี่ยวมากและเป็นอันตรายอาจทำให้จมน้ำได้

ผาหัวสิงห์และดอยเสมอดาว อยู่บริเวณหลักกิโลเมตรที่ 16 สายนาน้อย-ปางไฮ เป็นจุดชมทิวทัศน์บนยอดหน้าผาสูง สามารถมองเห็นทิวทัศน์ได้ 360 องศา มีพื้นที่เป็นลานกว้างตามสันเขา สำหรับพักผ่อนและดูดาวดูพระอาทิตย์ตก หากจะเดินขึ้นไปบนผาสิงห์ (เป็นหน้าผาที่มีรูปร่างคล้ายหัวสิงห์) ต้องติดต่อเจ้าหน้าที่นำทางจากอุทยานฯ เส้นทางมีระยะ 2 กิโลเมตร ระหว่างทางจะพบต้นจันทน์ผาซึ่งเป็นไม้เด่น และเมื่อท้องฟ้าแจ่มใส จากผาสิงห์สามารถมองเห็น อำเภอนาน้อย อำเภอเวียงสา และแม่น้ำน่านได้

บ้านพักและสิ่งอำนวยความสะดวก มีบ้านพักรับรอง และเต็นท์ให้เช่า แต่ต้องเตรียมอาหารไปเอง ติดต่อและสอบถามรายละเอียดได้ที่ อุทยานแห่งชาติศรีน่าน ตู้ ปณ.14 ตำบลศรีสะเกษ อำเภอนาน้อย จังหวัดน่าน 55150 โทร. 0-5470-1106, 08-1224-0800, (หัวหน้าชัยยันต์ คำป้อ 08-1882-5999) หรือสำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 13 (แพร่) โทร.0-5462-6770 และที่กรมอุทยานแห่งชาติฯ โทร. 0-2561-0777 ต่อ 724-72 5 www.dnp.go.th





อุทยานแห่งชาติขุนสถาน

- **อุทยานแห่งชาติขุนสถาน** ตั้งอยู่ที่หมู่ที่ 3 บ้านขุนสถาน ตำบลสันทะ อำเภอนาน้อย จังหวัดน่าน มีความสูงจากระดับน้ำทะเลปานกลางประมาณ 1,424 เมตร มีวิวทิวทัศน์ที่สวยงาม มีอากาศหนาวเย็นตลอดทั้งปี ตอนเย็นจะได้สัมผัสท้องฟ้าที่เป็นสีแดงสวยงามมาก ตอนกลางคืนสามารถมองเห็นไฟส่องสว่างของหมู่บ้านในตำบลสันทะ ตัวอำเภอนาน้อย ตัวอำเภอเวียงสา ตัวอำเภอเมืองน่าน โดยเฉพาะไฟส่องสว่างของหมู่บ้านในตำบลสันทะ จะมีลักษณะเหมือนดาวที่อยู่บนดิน กลมกลืนกับดาวที่อยู่บนท้องฟ้า

ในตอนเช้าตั้งแต่ประมาณตีห้าครึ่งถึงหกโมงเช้า จะเห็นท้องฟ้าเริ่มเป็นสีแดงและมีทะเลหมอกผืนใหญ่ที่สวยงาม พระอาทิตย์ ค่อยๆ โผล่จากขอบฟ้า ซึ่งหาดูได้ยาก ปัจจุบันอุทยานฯ ได้ปรับปรุงภูมิทัศน์บริเวณเชิงดอยแม่จอก (เนินดาวดิน) สำหรับเป็นพื้นที่บริการนักท่องเที่ยว มีที่พักชั่วคราวบรรยากาศดี สำหรับนักท่องเที่ยวจำนวน 2 หลัง พักได้ประมาณ 15-20 คน และมีที่สำหรับกางเต็นท์ได้จำนวนมาก สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่อุทยานแห่งชาติขุนสถาน 0-5470-1121, 0-5473-1585, 08-7173-9549

การเดินทางไปอุทยานแห่งชาติขุนสถาน สามารถเดินทางได้ 2 เส้นทาง คือ

1.เส้นทางจากห้วยแก๊ต (ถนนยันตรกิจโกศล) จาก อ.เมืองน่าน ถึงห้วยแก๊ต 65 กม.เส้นทางเลี้ยวซ้ายจากห้วยแก๊ตไปอีก 24 กม. จะถึงที่ทำการ อช.ขุนสถาน (หากท่านเดินมาเส้นทางจ.แพร่ ถึงปากทางห้วยแก๊ต 50 กม.)

2.เส้นทางจาก อ.เวียงสา ไป อ.นาน้อย 35 กม. แล้วเลี้ยวขวาอีก 33 กม. จะถึงที่ทำการ อช.ขุนสถาน

หรือ หากท่านต้องการจะชมบรรยากาศของทั้งสองเส้นทางก็สามารถขึ้นเส้นทางสาย อ.นาน้อย ลงมาทางห้วยแก๊ตก็ได้ หรือขึ้นทางห้วยแก๊ต ลงทางสาย อ.นาน้อยก็ได้ จะเป็นทางวงกลมเชื่อมหากัน

ข้อมูลจังหวัดน่าน

แข่งเรือลือเลื่อง เมืองงาช้างดำ จิตรกรรมวัดภูมินทร์ แดนดินส้มสีทอง งามเรืองรองพระธาตุแช่แห้ง



น่านมีพื้นที่ 11,472.076 ตารางกิโลเมตร หรือ ประมาณ 7 ล้านไร่เศษ อยู่ห่างจากกรุงเทพฯ 668 กิโลเมตร เป็นเมืองชายแดนแห่งล้านนาตะวันออกอันอุดมไปด้วยวัฒนธรรมที่หลอมรวมจากเทือกเขาสูงถึงพื้นราบ มีความเก่าแก่รุ่นเดียวกับกรุงสุโขทัย มีเจ้าผู้ครองนครสืบต่อกันมา รวมทั้งสิ้น 64 พระองค์ น่านเดิมมีชื่อว่า "นันทบุรี" หรือ "วรนคร" สร้างขึ้นโดยพระยาภูคา ราวพุทธศตวรรษที่ 18 บริเวณที่ราบตำบลศิลาเพชร หรือ อำเภอปัวในปัจจุบัน ใน พ.ศ.1902 พระยาการเมืองได้รับพระบรมสารีริกธาตุจากกรุงสุโขทัย ทรงเลือกดอยภูเพียงแช่แห้ง เป็นที่ประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุพร้อมกับย้ายเมืองมาสร้างใหม่บริเวณเชิงดอย ต่อมาประมาณ พ.ศ. 1911 แม่น้ำน่านได้เปลี่ยนทิศทาง พระยาผากองราชบุตรพระยาการเมือง ได้ย้ายเมืองอีกครั้งมาตั้งที่บ้านห้วยไค้ ทางฝั่งตะวันตกของแม่น้ำน่าน ซึ่งเป็นที่ตั้งของเมืองน่านปัจจุบัน

แม่น้ำน่านเสมือนเส้นเลือดของชาวน่าน มีต้นกำเนิดจากดอยขุนน้ำน่าน ตำบลขุนน่าน อำเภอบ่อเกลือ ซึ่งไหลขึ้นเหนือไปทางอำเภอทุ่งช้าง แล้วไหลลงใต้ไปยังอำเภอปัว อำเภอท่าวังผา อำเภอเมืองน่าน อำเภอเวียงสา หลังจากนั้นไหลลงไปยังจังหวัดอื่น คือ อุตรดิตถ์ พิษณุโลก และ พิจิตร จึงไปรวมกับแม่น้ำยมที่อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์ และแม่น้ำเจ้าพระยาที่ปากน้ำโพ นครสวรรค์ ร้อยละ 40 ของลำน้ำน่านนั้น หล่อเลี้ยงลำน้ำเจ้าพระยา

อาณาเขต

ทิศเหนือ	ติดต่อกับสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว
ทิศใต้	ติดต่อกับจังหวัดอุตรดิตถ์
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับจังหวัดแพร่และจังหวัดพะเยา

การปกครอง

จังหวัดน่านแบ่งการปกครองออกเป็น 14 อำเภอ และ 1 กิ่งอำเภอ คือ อำเภอเมือง อำเภอเวียงสา อำเภอสันติสุข อำเภอแม่จริม อำเภอท่าวังผา อำเภอบ้านหลวง อำเภอนาน้อย อำเภอปัว อำเภอสองแคว อำเภอเชียงกลาง อำเภอนาหมื่น อำเภอทุ่งช้าง อำเภอบ่อเกลือ อำเภอเฉลิมพระเกียรติ และกิ่งอำเภอภูเพียง

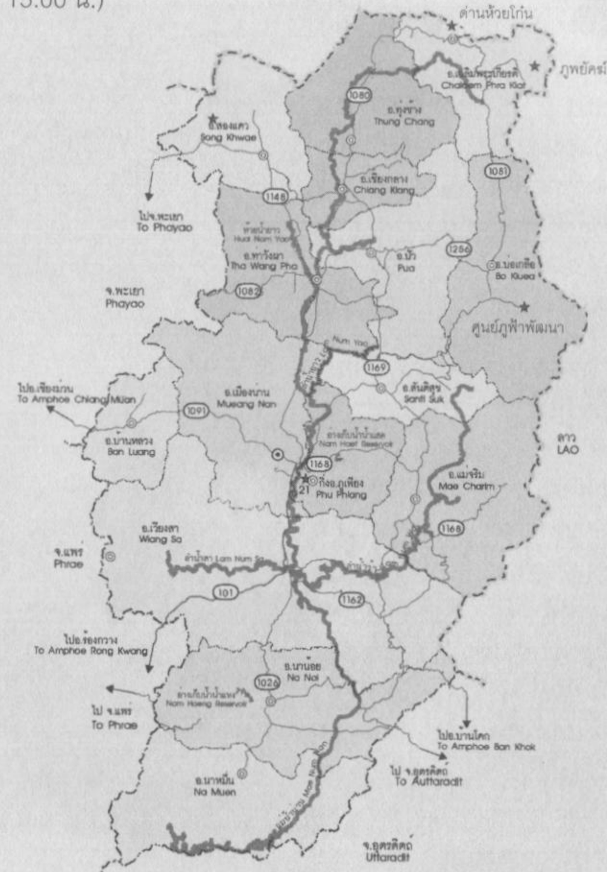
การเดินทาง

รถยนต์ จากกรุงเทพฯ ใช้ทางหลวงหมายเลข 1 ถึงจังหวัดนครสวรรค์ จากนั้นใช้ทางหลวงหมายเลข 117 จนถึงจังหวัดพิษณุโลกและใช้ทางหลวงหมายเลข 11 ผ่านจังหวัดอุตรดิตถ์ และอำเภอเด่นชัย จังหวัดแพร่ จากเด่นชัยใช้ทางหลวงหมายเลข 101 ผ่านจังหวัดแพร่ไปจนถึงจังหวัดน่าน รวมระยะทางประมาณ 668 กิโลเมตร

รถโดยสารประจำทาง สถานีขนส่งสายเหนือ ถนนกำแพงเพชร 2 (หมอชิต 2) มีรถโดยสารประจำทางธรรมดา และปรับอากาศไปจังหวัดน่านทุกวัน ติดต่อ บริษัท ขนส่ง จำกัด โทร. 0-2936-3670, 0-2936-2852-66 ต่อ 442, 614 หรือ www.transport.co.th สถานีขนส่งจังหวัดน่าน โทร. 0-5471-1662 บริษัท ขนส่งน่าน จำกัด โทร. 0-5471-0027 วิริยะแพร่ทัวร์ โทร.0-5474-1600, 0-2936-3720 สมบัติทัวร์ โทร.0-5474-1666, 0-5471-1077-8 และ 0-2936-2498, 0-2570-9310 เชิดชัยทัวร์ โทร.0-5471-0362, 0-2936-0199

เครื่องบิน บริษัท พีบี แอร์ มีเที่ยวบินเส้นทาง กรุงเทพฯ-น่าน (กทม-น่าน 3,490.- / น่าน-กทม. 3,440.-)สอบถามรายละเอียดได้ที่ 0-2134-7924, 0-2261-0220-5 www.pbair.com ท่าอากาศยานน่าน โทร. 0-5477-1729

ตารางการบินจนถึงวันที่ 28 เดือนมีนาคม 2552 เที่ยวบินจาก กรุงเทพ – น่าน (จันทร์, พุธ, ศุกร์ 09.30 – 10.50 น. / อาทิตย์ 11.50 – 13.10 น.) และเที่ยวบินน่าน - กรุงเทพ (จันทร์, พุธ, ศุกร์ 11.20 – 12.40 น. / อาทิตย์ 13.40 – 15.00 น.)



ระยะทางจากตัวเมืองไปยังอำเภอและกิ่งอำเภอต่าง ๆ

อำเภอเวียงสา	24	กม..
อำเภอนาน้อย	60	กม..
อำเภอนาหมื่น	80	กม..
กิ่งอำเภอภูเพียง	2	กม..
อำเภอสันติสุข	31	กม.
อำเภอแม่จริม	38	กม.
อำเภอบ้านหลวง	48	กม.
อำเภอท่าวังผา	42	กม.
อำเภอปัว	59	กม.
อำเภอสองแคว	75	กม.
อำเภอเชียงกลาง	76	กม.
อำเภอทุ่งช้าง	90	กม.
อำเภอบ่อเกลือ	90	กม.
อำเภอเฉลิมพระเกียรติ	138	กม.

ระยะทางระหว่างจังหวัดน่าน กับจังหวัดใกล้เคียง

จังหวัดเชียงราย	239	กม.
จังหวัดพะเยา	145	กม.
จังหวัดแพร่	118	กม.
จังหวัดอุตรดิตถ์	191	กม.
จังหวัดสุโขทัย	282	กม.
จังหวัดพิษณุโลก	295	กม.
จังหวัดนครสวรรค์	425	กม.
จังหวัดลำปาง	227	กม.
จังหวัดเชียงใหม่	318	กม.
จังหวัดแม่ฮ่องสอน	639	กม.
จังหวัดตาก	362	กม.
กรุงเทพมหานคร	668	กม.

หมายเลขโทรศัพท์สำคัญ

ศูนย์บริการนักท่องเที่ยวน่าน	โทร. 0-5471-0216
ประชาสัมพันธ์จังหวัดน่าน	โทร. 0-5477-3047
ตำรวจทางหลวง	โทร. 1193
ตำรวจท่องเที่ยวน่าน	โทร. 0-5471-0216, 08-9755-0694
สถานีตำรวจภูธรเมืองน่าน	โทร. 0-5475-1681, 0-5471-0033
สถานีขนส่งจังหวัดน่าน	โทร. 0-5471-1662
บริษัท ขนส่ง จำกัด	โทร. 0-5471-0027
ท่าอากาศยานน่าน (พี บี แอร์)	โทร. 0-5477-1729, 0-2134-7924, 0-2261-0220-5
ด่านตรวจคนเข้าเมืองน่าน	โทร. 0-5475-0039
ด่านห้วยโก๋น อ.เฉลิมพระเกียรติ	โทร. 0-5469-3530
กรมอุตุนิยมวิทยาน่าน	โทร. 0-5477-2979, 1182
สำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 13	โทร. 0-5462-6770
โรงพยาบาลน่าน	โทร. 0-5471-0138-9, 0-5477-1620-1
สำนักงานจังหวัดน่าน	โทร. 0-5471-0341
ป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย	โทร. 0-5471-6173
สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดน่าน	โทร. 0-5471-1650-1
ศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ 25 จ.น่าน	โทร. 0-5468-2039
พัฒนาชุมชนจังหวัดน่าน	โทร. 0-5471-0091
องค์การบริหารส่วนจังหวัดน่าน	โทร. 0-5471-0015, 0-5475-1385-6
เทศบาลเมืองน่าน	โทร. 0-5471-0234

หอการค้าจังหวัดน่าน โทร. 0-5475-1234
ชมรมสามล้อจังหวัดน่าน โทร. 08-1024-8804
การท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดน่าน โทร. 0-5475-0027, 08-1762-6476
สมาคมธุรกิจท่องเที่ยวน่าน โทร. 0-5474-1949, 08-9700-4955
โทรสาร 0-5460-0515 ต่อ 14
ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา โทร. 0-5471-0610, 08-1961-3358
สถานีพัฒนาการเกษตรที่สูง ตามพระราชดำริ ภูพยัคฆ์ โทร. 0-5473-1717, 0-5473-0330-1

เงื่อนไขการขอรับเอกสารคู่มือล่องแก่ง การลงตราประทับ และการรับของที่ระลึก

นักท่องเที่ยวสามารถขอรับเอกสารคู่มือล่องแก่ง "มหัศจรรย์น้ำว้า" ได้ฟรี ที่

- ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวที่ท่านใช้บริการ
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานทั่วประเทศทั้ง 35 แห่ง
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานแพร่
  เลขที่ 34/130-131 ถนนเหมืองหิต ตำบลในเวียง อำเภอเมือง
  จังหวัดแพร่ 54000 โทร.0 5452 1118 โทรสาร. 0 5452 1119
  E-mail : tatphrae@tat.or.th
  http://www.tourismthailand.org/phrae
  พื้นที่ความรับผิดชอบ (แพร่ น่าน อุตรดิตถ์)

การลงตราประทับ เพื่อขอรับของที่ระลึก

นำเอกสารคู่มือล่องแก่งเล่มนี้ ให้ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวที่ท่านใช้บริการ ทำการลงตราประทับพร้อมลงชื่อกำกับ เพื่อแสดงการรับรองว่าท่านได้ใช้บริการที่พัก ร้านอาหารและล่องแก่งแล้ว ซึ่งสามารถนำตราที่ได้รับการประทับไว้ ไปแสดงเพื่อแลกรับของที่ระลึกฟรี ได้ที่ ททท.สำนักงานแพร่

การรับของที่ระลึก

นักท่องเที่ยวสามารถขอรับของที่ระลึก โดยทางไปรษณีย์ หรือมาติดต่อขอรับของที่ระลึกด้วยตัวเองได้ที่ ททท.สำนักงานแพร่

รายชื่อ โรงแรมที่พัก / ร้านอาหาร / ผู้ประกอบการล่องแก่ง
ที่มอบส่วนลดพิเศษ สำหรับนักท่องเที่ยว ที่ใช้บริการคู่มือล่องแก่งน้ำว้าเล่มนี้

ศศิดารา รีสอร์ท 629 ม.4 ต.ไชยสถาน อ.เมือง จ.น่าน
โทร. 0-5477-4483 โทรสาร.0-5477-3894
*มอบส่วนลดค่าห้องพัก 20% และค่าอาหาร 10% (ตลอดทั้งปี 2552)

เดอะวอเตอร์ไซด์ 293 ต.บ่อ อ.เมือง จ.น่าน
โทร. 0-5470-1001 โทรสาร. 0-5479-8018
*มอบส่วนลดค่าที่พัก วันจันทร์-พฤหัสบดี 10% และวันศุกร์-อาทิตย์ 5% (ตลอดทั้งปี 2552)

ไร่จุฑามาศ รีสอร์ท 144 ม.3 บ้านน้ำอ้อ ต.เปือ อ.เชียงกลาง จ.น่าน
โทร. 08-1472-4579 โทรสาร. 0-5479-1160
*มอบส่วนลดค่าที่พักช่วงเดือนมกราคม - ตุลาคม 2552 30% และช่วงเดือน พฤศจิกายน - ธันวาคม 2552 15%

บ่อเกลือ วิว 209 ม.1 ต.บ่อเกลือใต้ อ.บ่อเกลือ จ.น่าน
โทร. 0-5477-8140, 08-1805-6392 โทรสาร. 0-5477-8140
*มอบส่วนลดค่าห้องพัก 10% (1 มกราคม - 31 ตุลาคม 2552)

ชมพูภูคา รีสอร์ท 382/8 ถ.น่าน-ทุ่งช้าง ต.ปัว อ.ปัว จ.น่าน
โทร. 08-1472-4579 โทรสาร. 0-5479-1160
*มอบส่วนลดค่าอาหาร 10% (ตลอดทั้งปี 2552)

ร้านอาหาร ปุ้ม 3 87/2 ถ.อนันตวรฤทธิเดช ต.ในเวียง อ.เมือง จ.น่าน
โทร. 0-5471-1949 โทรสาร. 0-5460-0515
*มอบส่วนลดค่าอาหาร 10% (ตลอดทั้งปี 2552)

ร้านอาหาร เดอะการ์เด้น 175 ถ.ยันตรกิจโกศล (4แยก บ้านดู่ใต้) ถ.น่าน-แพร่ ต.ดู่ใต้ อ.เมือง จ.น่าน โทร. 0-5471-1223, 08-3568-7799
*มอบส่วนลดค่าอาหาร 10% (ตลอดทั้งปี 2552)

ลงตราประทับ

บัตรส่วนลดพิเศษ

ชื่อสถานที่ประกอบการ..............................

ลงชื่อ ....

(..............................)

*กรุณาสอบถามข้อมูลล่วงหน้าจากผู้ประกอบการ ก่อนใช้สิทธิ์

ผู้ประกอบการล่องแก่งในจังหวัดน่าน ทั้ง 7 แห่ง ได้แก่

1.น่านปางช้าง 2.น่านทัวร์ริ่ง 3.น้ำว้าทัวร์ 4.ม่วนม่วนทัวร์ 5.ริเวอร์ ราฟท์ 6.แอสกิโมโรล 7.แจงแอนด์เจทัวร์

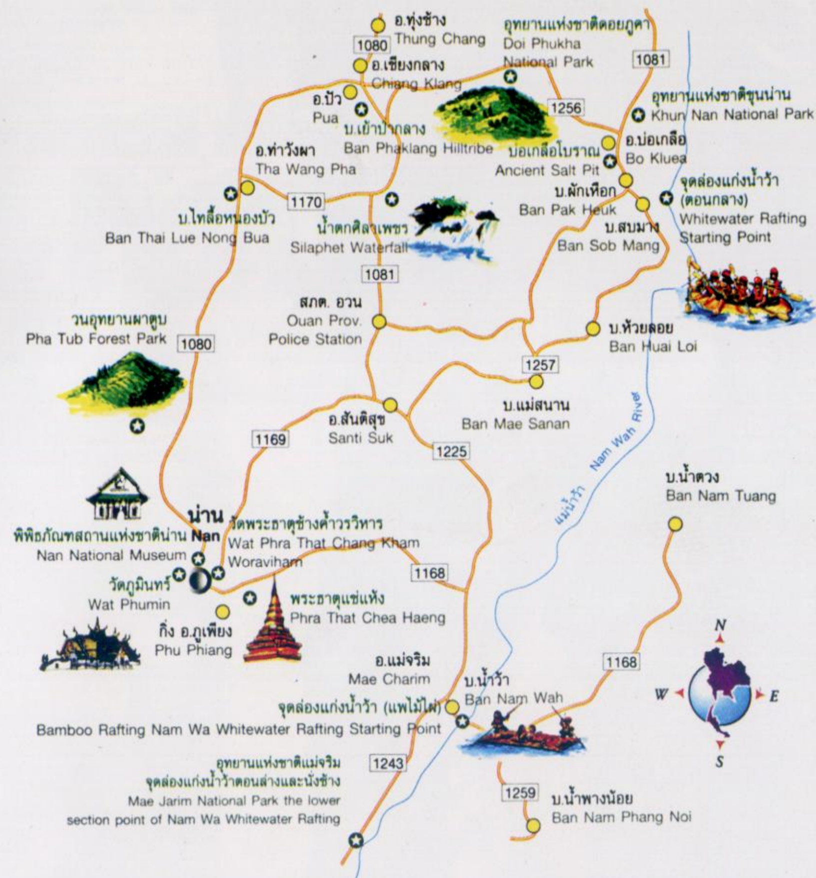
มอบส่วนลดพิเศษได้แก่

1. ล่องแก่งน้ำว้าตอนกลาง โปรแกรม 3 วัน 2 คืน ราคา 4,000 บาทต่อคน (10 คนแถมฟรี 1 คน) *ใช้บริการตั้งแต่ 5 คน ขึ้นไป (แพยาง 1 ลำ บรรจุได้ 6 คน)
2. ล่องแก่งน้ำว้าตอนล่าง ลำละ 2,500 บาท (แพยาง 1 ลำ บรรจุได้ 8 คน)


อุทยานแห่งชาตินันทบุรี (ดอยวาว)



การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานแพร่
34/130-131 ถ.เหมืองหิต ต.ในเวียง อ.เมือง จ.แพร่ 54000
โทรศัพท์ 0 5452 1118 โทรสาร 0 5452 1119
e-mail : tatphrae@tat.or.th / www.tourismthailand.org/phrae
พื้นที่ความรับผิดชอบ : แพร่ น่าน อุตรดิตถ์



แผนที่แหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียง
บริเวณล่องแก่งลำน้ำว้า
Routing map of Whitewater Rafting on Kaeng Nam Wa Stream (Middle part)